

Согласовано:

Зам.директора по УВР

Т.В.Рачева

МЕНЮ

МБОУ "СОШ№ 16 СУИОП" с/п "Кыновская ООШ"

"15" марта 2021 г.

понедельник (1-ый день)

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал.
	Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл					
112	Каша пшенная молочная	205	6,04	7,27	34,3	227,16
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
219	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,8
189	Фрикадельки мясн.п/ф с том.соусом	70	6,62	16,04	1,57	179,72
285	Кофейный напиток.на сгущ.молоке	200	2,01	2,39	25,7	131,87
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
	Итого 75,5		29,48	31,77	161	1050,44
	Комплекс горячего питания об-ся 5-9 кл					
112	Каша пшенная молочная	205	6,04	7,27	34,3	227,16
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
219	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,8
189	Фрикадельки мясн.п/ф с том.соусом	70	6,62	16,04	1,57	179,72
285	Кофейный напиток.на сгущ.молоке	200	2,01	2,39	25,7	131,87
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
293	Сок порционный	200	0	0	40	80
	Итого 84,66		29,48	31,77	201	1130,44
	Комплекс горячего питания об-ся ОВЗ 1-4 кл					
112	Каша пшенная молочная	205	6,04	7,27	34,3	227,16
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
219	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,8
189	Фрикадельки мясн.п/ф с том.соусом	70	6,62	16,04	1,57	179,72
285	Кофейный напиток.на сгущ.молоке	200	2,01	2,39	25,7	131,87
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
	Йогурт порционный	100	2,4	5,01	16	120
	Итого 104,0		31,88	36,78	177	1170,4

Ответ. Лицо

М.И.Шардина

Согласовано:

Зам.директора по УВР

Т.В.Рачева

МЕНЮ

МБОУ "СОШ№ 16 сУИОП" с/п "Кыновская ООШ"

"16" марта 2021 г.

вторник(2-ой день)

№ рецеп	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал.
	Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл					
114	Каша рисовая молочная жидкая	205	5,12	6,62	32,6	210,1
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
241	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,1	213,94
205	Сосиски отв.	70	7,5	16,73	0,28	304,5
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,9	113,79
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
	Итого 75,5		23,52	32,07	146	1090,22
	Комплекс горячего питания об-ся 5-9 кл					
114	Каша рисовая молочная жидкая	205	5,12	6,62	32,6	210,1
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
241	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,1	213,94
205	Сосиски отв.	70	7,5	16,73	0,28	304,5
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,9	113,79
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
293	Сок порционный	200	0	0	40	80
	Итого 84,66		23,52	32,07	186	1170,22
	Комплекс горячего питания об-ся ОВЗ 1-4 кл					
114	Каша рисовая молочная жидкая	205	5,12	6,62	32,6	210,1
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
241	Картофельное пюре	200	4,26	8,08	31,1	213,94
205	Сосиски отв.	70	7,5	16,73	0,28	304,5
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,9	113,79
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
	Йогурт порционный	100	2,4	5,01	16	120
	Итого 104,0		25,92	37,08	162	1210,2

Ответ. Лицо

М.И.Шардина

Согласовано:

Зам.директора по УВР

Т.В.Рачева

МЕНЮ

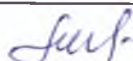
МБОУ "СОШ№ 16 сУИОП" с/п "Кыновская ООШ"

"17" марта 2021 г.

среда (3-й день)

№ рецеп	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал.
	Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл					
102	Каша "Дружба"	205	6,55	8,33	35,1	241,11
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
227	Макаронные изд.отварные	180	6,62	6,35	42,4	253,31
189	Котлета мясная п/ф	80	4,4	24	2,4	248
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,9	113,79
89	Яблоко свежее	80	0,32	0,32	8,33	36
	Итого 75,50		24,53	39,64	171	1140,1
	Комплекс горячего питания об-ся 5-9 кл					
102	Каша "Дружба"	205	6,55	8,33	35,1	241,11
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
227	Макаронные изд.отварные	180	6,62	6,35	42,4	253,31
189	Котлета мясная п/ф	80	4,4	24	2,4	248
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,9	113,79
89	Яблоко свежее	150	0,6	0,6	15,6	67,5
	Итого 84,66		24,81	39,92	178	1171,6
	Комплекс горячего питания об-ся ОВЗ 1-4 кл					
102	Каша "Дружба"	205	6,55	8,33	35,1	241,11
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
227	Макаронные изд.отварные	180	6,62	6,35	42,4	253,31
189	Котлета мясная п/ф	80	4,4	24	2,4	248
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,9	113,79
89	Яблоко свежее	150	0,6	0,6	15,6	67,5
293	Сок порционный	200	0	0	40	80
	Итого 104,00		24,81	39,92	218	1251,6

Ответ. Лицо



М.И.Шардина

Согласовано:

Зам.директора по УВР

Т.В.Рачева

МЕНЮ

МБОУ "СОШ№ 16 СУИОП" с/п "Кыновская ООШ"

"18" марта 2021 г.

четверг(4-ый день)

№ рецепта	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал.
	Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл					
106	Каша манная молочная вязкая	205	6,53	7,03	38,8	244,92
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
224	Рис отварной	180	4,66	6,1	48,3	270,22
210	Курица в соусе с томатом	100	28,75	34,67	2,87	445,24
271	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26	154,15
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
	Итого 75,50		49,8	52,35	170	1362,42
	Комплекс горячего питания об-ся 5-9 кл					
106	Каша манная молочная вязкая	200/5	6,53	7,03	38,8	244,92
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
224	Рис отварной	180	4,66	6,1	48,3	270,22
210	Курица в соусе с томатом	120	34,5	41,62	5,44	534,29
271	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26	154,15
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
	Итого 84,66		55,55	59,3	173	1451,47
	Комплекс горячего питания об-ся ОБЗ 1-4 кл					
106	Каша манная молочная вязкая	205	6,53	7,03	38,8	244,92
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
224	Рис отварной	180	4,66	6,1	48,3	270,22
210	Курица в соусе с томатом	100	28,75	34,67	2,87	445,24
271	Какао с молоком сгущенным	200	3,78	3,91	26	154,15
480	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,7	117,5
	Йогурт порционный	100	2,4	5,01	16	120
	Итого 104,00		52,2	57,36	186	1482,42

Ответ. Лицо



М.И.Шардина

Согласовано:

Зам.директора по УВР

Т.В.Рачева

МЕНЮ

МБОУ "СОШ№ 16 СУИОП" с/п "Кыновская ООШ"

"19" марта 2021 г.

пятница(5-ый день)

№ рецепта	Наименование блюд	Выход гр.	белки	жиры	углев.	ккал.
	Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл					
104	Каша гречневая вязкая на молоке	205	7,94	8,21	35,1	246,17
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
66	Щи из св.капусты с картофелем, и с тушеным консервир. мясом	250	6,32	7,51	10,5	131,53
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,9	113,79
480	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,1	21	89
	Итого 75,50		22,8	16,06	124	710,88
	Комплекс горячего питания об-ся 5-9 кл					
104	Каша гречневая вязкая на молоке	205	7,94	8,21	35,1	246,17
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
66	Щи из св.капусты с картофелем, и с тушеным консервир. мясом	250	6,32	7,51	10,5	131,53
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,9	113,79
480	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,1	21	89
89	Яблоко свежее	80	0,32	0,32	8,33	36
	Итого 84,66		23,12	16,38	133	746,88
	Комплекс горячего питания об-ся ОВЗ 1-4 кл					
104	Каша гречневая вязкая на молоке	205	7,94	8,21	35,1	246,17
299	Чай с сахаром	200	0	0	15	59,89
480	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,8	70,5
66	Щи из св.капусты с картофелем, и с тушеным консервир. мясом	250	6,32	7,51	10,5	131,53
283	Компот из смеси сухофруктов+вС	200	0,56	0	27,9	113,79
480	Хлеб пшеничный	75	5,7	0,1	21	89
89	Яблоко свежее	80	0,32	0,32	8,33	36
	Итого 104,00		23,12	16,38	133	746,88

Ответ. Лицо

М.И.Шардина